ACHTUNG
ÄNDERUNG DES
VERANSTALTUNGSORTES

DAS TRIALOGSEMINAR FINDET AB SOFORT HIER STATT:

HERTEFELDER STRASSE 11A,
14641 NAUEN

Wann
15:30 - 17:30 Uhr

ACHTUNG unsere Adresse hat sich geändert!!!

Stephanus-Lichtblick gGmbH
Kontakt- und Beratungsstelle
Hertefelder Strasse 11a
14641 Nauen

Tel.: 0 33 21 / 744 390
Fax: 0 33 21 / 744 387

Moderation
Hr. Dr. med. M. Theophil

Kontakte
Psychiatrische Institutsambulanz
Dallgower Straße 9
14612 Falkensee
Tel. 03322/ 27 45 50

Fr. Laura Fiedler
Email: laura.fiedler@stephanus.org
Tel.: 03321/ 744 390

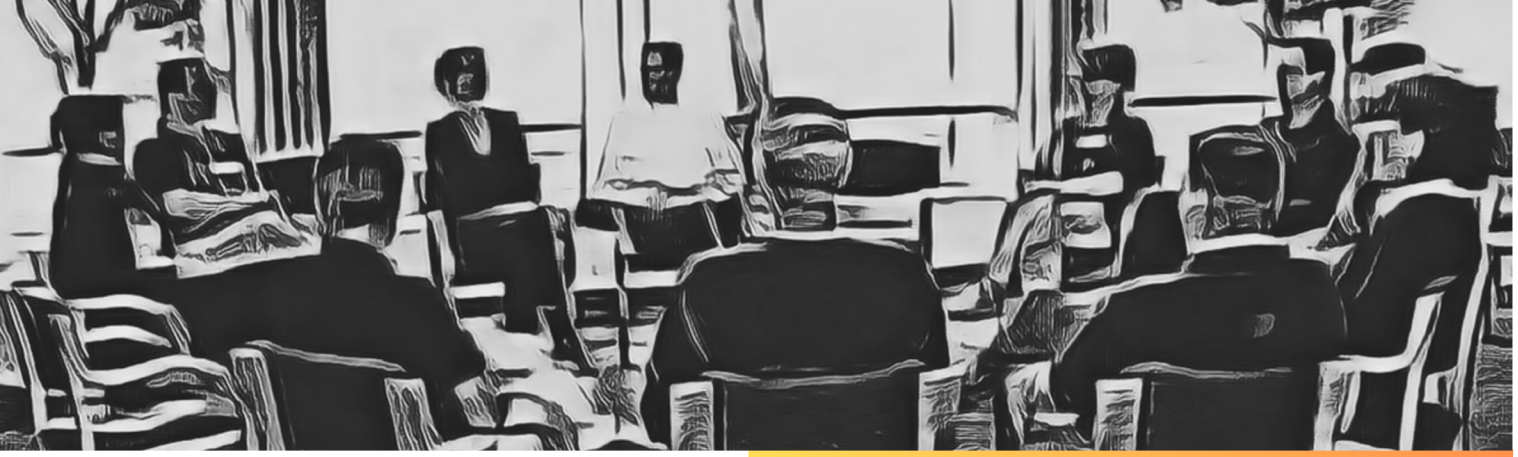
Hr. Dr. med. M. Theophil
Email:
matthias.theophil@havelland-kliniken.de
Tel.: 03321/ 42-1940

HAVELLAND KLINIKEN GMBH
HAVELLAND KLINIKEN UNTERNEHMENSGRUPPE

TRIALOGSEMINAR

2025 / 2026

STEPHANUS
Lichtblick



Schwere seelische Krisen in jeder Form stellen für alle Beteiligten eine große Herausforderung dar.
Wir laden Sie herzlich ein, mit uns in den Trialog zu treten, um die unterschiedlichen Perspektiven miteinander auszuloten.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Bei uns dürfen Sie anonym bleiben. Die Inhalte der Gespräche werden vertraulich behandelt.

Neben den angekündigten Themen soll jeweils in der zweiten Stunde Raum für persönliche und aktuelle Anliegen sein.

Termine und Themen

Jahr 2025

24.09.2025
Neustart nach der Sommerpause:
Was macht Angst mit mir?

15.10.2025
Bis zu welchem Grad ist Selbstliebe gesund?
Wie kann ich mit mir selbst empathisch umgehen und meine Bedürfnisse beachten?

26.11.2025
Braucht es manchmal auch etwas Druck?
Wie gehe ich mit Druck um?

Jahr 2026

14.01.2026
Was haben Angehörige für Möglichkeiten, zu helfen? Kann die Hilfe auch zu viel sein und kann ich mich auch als Angehöriger abgrenzen?

25.02.2026
Wie gehe ich mit Konflikten um?

25.03.2026
Ist der Mensch ein Gewohnheitstier? Wie steht es um Regelmäßigkeiten und Automatismen in meinem Leben und kann ich sie für mich hilfreich nutzen?

22.04.2026
Alkohol und andere Süchte aus Sicht der Angehörigen. Habe ich als Angehöriger etwas falsch gemacht?

27.05.2026
Wie geht es meinem „inneren Kind“? Welche Ich-Anteile verbergen sich dahinter?

24.06.2026
Rückblick und Ausblick
Inwieweit kann ich von meinem Umfeld erwarten, dass es meine Bedürfnisse beachtet?